Health Facts for You

Medicamentos para el trasplante de corazón

UWHealth

HE-579725-20

Tomará muchos medicamentos después del trasplante, muchos de ellos por el resto de su vida. Estos incluyen medicamentos que:

- Previenen el rechazo
- Previenen infecciones
- Controlan la presión arterial
- Manejan el azúcar en la sangre
- Protegen su estómago
- Previenen la pérdida de hueso
- Proporcionan vitaminas y minerales adicionales

El equipo le ayudará a conocer los medicamentos que necesita, por qué los necesita y las dosis que le recetaron. Tomar los medicamentos en forma incorrecta puede llevar al rechazo del trasplante y a otros problemas médicos.

Tomar Sus Medicamentos

¿Por qué es importante tomar sus medicamentos?
Debe tomar sus medicamentos exactamente como se lo indique el equipo de trasplante. No tomar sus medicamentos puede llevar a un mayor riesgo de rechazo y pérdida del órgano.

- **No deje** de tomar un medicamento sin hablar con el equipo de trasplante.
- Tome la cantidad correcta de medicamento que se le recetó.
- Tome sus medicamentos en la dosis y frecuencia correctas
- No tome medicamentos o suplementos que no le hayan recetado.
- Avise al equipo de trasplantes sobre cualquier nuevo medicamento, suplemento sin receta o medicamento de hierbas.

¿Por qué algunas personas no toman sus medicamentos?

Confusión

- Existe confusión sobre "la forma correcta" de tomar los medicamentos.
- Hable con su Coordinador de Trasplante si tiene preguntas sobre cómo tomar sus medicamentos.

No poder pagar los medicamentos

- El equipo de farmacia consultará con su seguro médico después de su trasplante. Hable con su coordinador de trasplante o trabajador social si está preocupado por cómo pagar sus medicamentos después de salir del hospital.

Falta de suministros

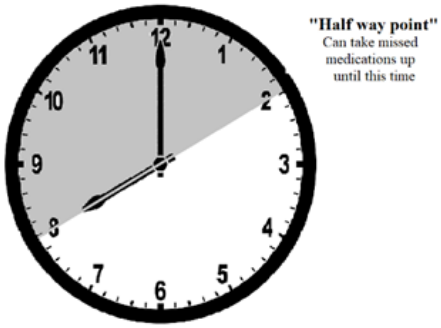
- Los medicamentos de trasplante no son comunes, por lo que es posible que no se encuentren disponibles en todas las farmacias.
- Saldrá del hospital con un suministro de sus medicamentos nuevos para 1 mes.
- Las farmacias de UW Health pueden ser sus farmacias principales para surtir sus medicamentos; también se ofrece un servicio de pedido por correo a nuestros pacientes de trasplante.
- Si usted utiliza su farmacia local para retirar sus medicamentos, **avíseles que se le terminarán sus medicamentos con una semana de anticipación** para que los puedan pedir y entregárselos.
- Cuando viaje (esto incluye viajes a sus visitas en la clínica) lleve consigo medicamentos para un día en caso de demoras u otros problemas durante el viaje.

Efectos Secundarios

- Si los efectos secundarios son graves o molestos, llame a su coordinador de trasplante de inmediato para analizar formas de controlarlos.
- **No deje** de tomar sus medicamentos a menos que su coordinador de trasplante o doctor se lo indiquen.

¿Qué sucede si me olvido de tomar una dosis de medicamento?
Si se olvida de una dosis siga la **Regla de "La Mitad del Camino".**

- Si ha pasado menos de "la mitad del camino" para su próxima dosis, tome la dosis que olvidó.
- Si ha pasado más de "la mitad del camino" para su próxima dosis, sáltese la dosis que olvidó y tome la dosis siguiente.
- **Nunca** debe tomar medicamento adicional para compensar la dosis que olvidó.
- Llame a su coordinador de trasplante si olvida más de una dosis de sus medicamentos contra el rechazo.



¿Cómo debo guardar mis medicamentos?
Guarde sus medicamentos en un lugar fresco y seco fuera del alcance de niños. Baños, cocinas y automóviles no son buenos lugares para guardarlos por los cambios en temperatura y humedad.

¿Quién debe saber sobre mis medicamentos?
Informe a **todos** sus proveedores de atención médica que está tomando medicamentos contra el rechazo, incluyendo:

- Dentista
- Doctores o cirujanos
- Farmacéuticos (intente usar solo una farmacia para todos sus medicamentos)

Informe de inmediato a su coordinador de trasplante si otros doctores hacen cambios en sus medicamentos.

Lista de Medicamentos
Cada paciente debe tener una lista de medicamentos actualizada que debe incluir:

- Nombre y dosis de los medicamentos que está tomando
- Con qué frecuencia los toma
- Por qué los toma
- Nombre de su doctor
- Alergias y reacciones a cualquier medicamento
- Antecedentes médicos

Lleve esta lista a **todas** las citas/visitas al hospital y guárdela en su billetera/cartera.

Caja de Medicamentos
Las cajas de medicamentos le permiten organizar sus medicamentos y hacen que sea más fácil tomarlos. Es posible que se le pida traer su caja de medicamentos a la clínica de trasplante para que la revise el farmacéutico.

Servicio de Farmacia por Correo de UW
Si desea usar el programa de pedido de recetas por correo del Hospital de UW, por favor, hable con su coordinador o farmacéutico de trasplante.

Servicios de Farmacia
Alguna farmacias pueden llenar las cajas de medicamentos por usted u ofrecen mensajes automáticos para recordarle surtir sus medicamentos. Llame a su farmacia local para saber qué servicios ofrecen.

Cuando Necesite Surtir Medicamentos

- Llame a la clínica de trasplante cuando la receta de un medicamento solo permita surtirla una vez más.
- Debe solicitar sus medicamentos al menos 7 días antes de que se le terminen. Quizás deba hacerlo con más anticipación durante los días festivos.
- Su doctor de atención primaria **no** debería renovar las recetas de sus medicamentos de trasplante, pero sí debería renovar sus otros medicamentos.

Medicamentos contra el Rechazo

Se habla de rechazo cuando el sistema inmune de su cuerpo ataca a su órgano. Los medicamentos contra el rechazo reducen la respuesta del sistema inmune de su cuerpo para evitar que rechace su órgano nuevo. Cada medicamento contra el rechazo actúa de manera diferente para reducir la respuesta de su sistema inmune. Los medicamentos que toma dependen del tipo de órgano que haya recibido y de sus antecedentes médicos. Los medicamentos contra el rechazo nunca se suspenden a menos que lo indique el proveedor de trasplante.

Prednisona

Efectos Secundarios Comunes	Aumento de la presión arterial, el colesterol y el azúcar en la sangre, adelgazamiento de la piel, aparición de moretones con más facilidad, hinchazón, mayor inquietud/sensación de nerviosismo, cambios en el estado de ánimo, menos masa ósea, malestar estomacal, úlceras gástricas, dificultad para dormir, aumento del apetito y cataratas.
Alimentos	Tomarla con alimentos para prevenir el malestar estomacal y las úlceras.
Consejos Especiales	• Si tiene niveles altos de azúcar en la sangre o diabetes, podría tomar una dosis dos veces al día. • Si toma prednisona una vez al día, debería tomarla en la mañana para que sea más fácil dormir. Si está tomando prednisona dos veces al día, tome la segunda dosis en la tarde, no en la noche. • Deben hacerle un examen de los ojos una vez al año para prevenir cataratas. • Necesitará escáneres de sus huesos (un escáner DEXA) al menos cada dos años para controlar su salud ósea.

Tacrolimus (Prograf/Envarsus XR)

Efectos Secundarios Comunes	Temblor, dolores de cabeza, lesión renal, caída del cabello, diarrea, náusea/vómito, problemas para dormir y aumento del colesterol, el azúcar en la sangre y la presión arterial.
Alimentos	Tomarlo con o sin alimentos, pero sea **consistente** en su elección.
Interacciones	Evite la toronja o el jugo de toronja, ya que aumentan los niveles de tacrolimus.
Monitoreo	• Se extrae sangre para medir los niveles de tacrolimus para garantizar que está recibiendo la cantidad correcta de medicamento. • Se extrae sangre justo antes de su dosis de la mañana para medir la cantidad de medicamento en su cuerpo cuando está más baja (al mínimo). Tome su dosis del día anterior según las instrucciones de su coordinador de trasplante. Esto debe ocurrir 12 o 24 horas antes de que se extraiga la sangre para determinar su nivel. NO TOME la dosis de la mañana hasta DESPUÉS que le extraigan sangre. • Su coordinador de trasplante le informará cuál es la meta para su nivel de tacrolimus.
Consejos Especiales	• Llame a su coordinador de trasplante si: o empeoran los temblores o el dolor de cabeza o nota ardor en sus dedos o cambia la forma y/o el color de su medicamento. • Si toma tacrolimus líquido, asegúrese de tener la jeringa del tamaño correcto para medirlo y un adaptador para conectar la botella con la jeringa. Agite la botella para mezclar la suspensión antes de extraer cada dosis. • Informe a su coordinador de trasplante si cambiará el lugar donde realiza los exámenes de laboratorio ya que esto pude afectar sus niveles de tacrolimus.

Mycophenolate Sodium (Myfortic) o Mycophenolate Mofetil (Cellcept)XL

Efectos Secundarios	Diarrea, náusea/vómitos, dolor de cabeza y glóbulos blancos y hematocrito bajos.
Alimentos	Tomarlo con comida para prevenir el malestar estomacal y la diarrea.
Consejos Especiales	• No muela, mastique o parta las tabletas de micofenolato. • Las personas embarazadas o que estén intentando quedar embarazadas no deben manipular las tabletas o cápsulas debido al riesgo de dañar al bebé por nacer. • Las personas que toman micofenolato y que podrían quedar embarazadas deben usar al menos una forma aceptable de control de la natalidad según lo prescrito por su doctor. Si tiene planes de embarazarse, hable con su coordinador de trasplante al menos 3 meses antes para cambiar a un medicamento diferente.

Cyclosporine (Neoral, Sandimmune) – ALTERNATIVA al Tacrolimus

Efectos Secundarios Comunes	Crecimiento del cabello, diarrea, náusea/vómitos, dolor de cabeza, temblor, crecimiento de las encías, aumento del colesterol, del azúcar en la sangre y la presión sanguínea.
Alimentos	Tomarlo con o sin alimentos, pero sea **consistente** en su elección.
Interacciones	Evite la toronja o el jugo de toronja, ya que aumentan los niveles de ciclosporina.
Monitoreo	• Se extrae sangre para medir los niveles de ciclosporina para garantizar que está recibiendo la cantidad correcta de medicamento. • Se extrae sangre justo antes de su dosis de la mañana para medir la cantidad de medicamento en su cuerpo cuando está más baja (al mínimo). Tome su dosis de la noche 12 horas antes de que se extraiga la sangre para determinar su nivel. • **No tome** la dosis de la mañana hasta **después** que le extraigan sangre. • Su coordinador de trasplante le informará cuál es la meta para su nivel de ciclosporina.
Consejos Especiales	• Informe a su coordinador de trasplante si cambia la forma y/o el color del medicamento. • Marcas diferentes de medicamentos pueden resultar en niveles sanguíneos diferentes. • Las cápsulas se vencen **7 días** después de abrir el envoltorio de papel aluminio. • La solución oral se entrega en un recipiente de vidrio y **no** debe refrigerarse. • Asista a un aseo dental cada 6 meses y cepíllese sus dientes dos veces al día para prevenir el crecimiento de las encías. • Informe a su coordinador de trasplante si cambiará el lugar en donde se realiza sus exámenes de laboratorio ya que esto pude afectar sus niveles de ciclosporina.

Azatioprina (Imuran) – ALTERNATIVA al Micofenolato

Efectos Secundarios Comunes	Náusea/vómito, diarrea, sarpullido, recuento bajo de glóbulos blancos, fiebre
Alimentos	Tomarlo con comida para prevenir el malestar estomacal.
Interacciones	No tome mercaptopurina, alopurinol o febuxostat con azatioprina. Si está tomando warfarina, comuníquese con quien maneja su warfarina cuando comience a tomar este medicamento.
Consejos Especiales	Las personas que pueden quedar embarazadas y que toman azatioprina deben usar métodos anticonceptivos.

Sirolimus (Rapamune): Se puede recetar en vez o además de otros medicamentos contra el rechazo

Efectos Secundarios Comunes	Estreñimiento o diarrea, náusea, dolor de cabeza, hinchazón, cicatrización lenta de las heridas, úlceras en la boca, anemia, aumento del colesterol, el azúcar en la sangre y la presión arterial.
Alimentos	Tomarlo con o sin comida, pero sea **consistente** en su elección.
Interacciones	Evite la toronja o el jugo de toronja, ya que aumentan los niveles de sirolimus.
Monitoreo	• Se extrae sangre para niveles de sirolimus para garantizar que está recibiendo la cantidad correcta de medicamento. • Se extrae sangre justo antes de su dosis de la mañana para medir la cantidad de medicamento en su cuerpo cuando está más baja (al mínimo). Tome su dosis 24 horas antes de que se extraiga la sangre para determinar su nivel. • **No tome** la dosis de la mañana hasta **después** que le extraigan sangre. • Su coordinador de trasplante le informará cuál es la meta para su nivel de sirolimus.
Consejos Especiales	• No muela, parta o mastique las tabletas. • Sirolimus debe tomarse 4 horas después de ciclosporina. • Informe a su coordinador de trasplante si cambiará el lugar donde realiza los exámenes de laboratorio de su hijo. Esto puede afectar su nivel de sirolimus.

Everolimus (Zortress): Se puede recetar en vez o además de otros medicamentos contra el rechazo

Efectos Secundarios Comunes	Diarrea, náusea/vómito, dolor de cabeza, sarpullido/comezón (picazón), fatiga, fiebre, hinchazón, cicatrización lenta de las heridas, anemia, aumento del colesterol y la presión arterial.
Alimentos	Tomarlo con o sin alimentos, pero sea **consistente** en su elección.
Interacciones	Evite la toronja o el jugo de toronja, ya que aumentan los niveles de everolimus.
Monitoreo	• Se extrae sangre para medir los niveles de everolimus para garantizar que está recibiendo la cantidad correcta de medicamento. • Se extrae sangre justo antes de su dosis de la mañana para medir la cantidad de medicamento en su cuerpo cuando está más baja (al mínimo). Tome su dosis de la noche 12 horas antes de que se extraiga la sangre para determinar su nivel. • **No tome** la dosis de la mañana hasta **después** que le extraigan sangre. • Su coordinador de trasplante le informará cuál es la meta para su nivel de everolimus.
Consejos Especiales	• No muela, parta o mastique las tabletas. • Tomarlo al mismo tiempo que la ciclosporina o el tacrolimus (si se prescribe). • Informe a su coordinador de trasplante si cambiará el lugar donde realiza los exámenes de laboratorio de su hijo. Esto puede afectar su nivel de everolimus.

Medicamentos contra las Infecciones

Usted tiene más riesgo de enfermarse después del trasplante porque su sistema inmune está debilitado. Los medicamentos contra las infecciones ayudan a prevenir las infecciones.

Tipos de Infecciones	Medicamento
Infecciones generales y neumonía	**Trimethoprim/sulfamethoxazole (Bactrim DS o Septra DS) o TMP/Sulfa** • Se utiliza por 1 año después del trasplante. • Efectos secundarios: Sensibilidad al sol, náusea/vómito, diarrea, sarpullido, elevación del potasio, recuento bajo de glóbulos blancos **Atovaquone (Mepron®) – (Alternativa al Bactrim®)** • Se utiliza por 1 año después del trasplante. • Efectos secundarios: dolor de cabeza, insomnio, sarpullido, náusea, cambios en el sentido del gusto
Infecciones Virales (Citomegalovirus – CMV) • CMV es un virus que puede estar escondido en su cuerpo. • Normalmente es inofensivo, pero es peligroso cuando el sistema inmune está debilitado. **Virus del Herpes Simple (HSV por sus siglas en inglés)**	**Letermovir (Prevymis®)** • Se utiliza por 6 meses después del trasplante. Algunas personas deberán continuar tomándolo. No deje de tomar este medicamento sin hablar con su equipo de trasplante. Esto podría afectar los niveles de sus medicamentos contra el rechazo. • Efectos secundarios: molestias estomacales **Valganciclovir (Valcyte®)– (Alternativa al letermovir/Prevymis®)** • Se utiliza por 6 meses después del trasplante. Algunas personas deberán continuar tomándolo. No deje de tomar este medicamento sin hablar con su equipo de trasplante. Esto podría afectar los niveles de sus medicamentos contra el rechazo. • Efectos secundarios: Disminución del recuento de glóbulos blancos **Acyclovir (Zovirax®)** • Se toma durante 3 meses después del trasplante en lugar de Valganciclovir si tiene bajo riesgo de CMV. • Se puede tomar al mismo tiempo que letermovir • Efectos secundarios: dolor de cabeza, molestias estomacales
Síntomas de Infecciones Micóticas (Aspergillus) • Hongo común que se encuentra en interiores y exteriores. • La exposición a esta infección puede causar una enfermedad cuando su sistema inmune se encuentra debilitado por los medicamentos contra el rechazo. • La mayoría de las infecciones por aspergillus ocurren en el pulmón, pero este hongo también se puede encontrar en otras partes del cuerpo.	**Posaconazole (Noxafil®)** • Se utiliza por 3 meses después del trasplante. • Efectos Secundarios: alteración del sentido del gusto, náusea Si tiene efectos secundarios u otros problemas, puede cambiar a un medicamento antimicótico diferente. • Necesitará cambios de dosis y una monitorización estrecha del tacrolimus luego de suspender el posaconazole. No lo suspenda a menos que su equipo de trasplante se lo indique.

Otros Medicamentos

Medicamentos para la Presión Arterial (Meta para la presión arterial: menos de 120/80 mmHg)

- Muchos pacientes de trasplante tienen la presión arterial alta o desarrollan presión arterial alta como efecto secundario de los medicamentos contra el rechazo.
- Algunos pacientes reanudan los medicamentos para la presión arterial que usaban antes del trasplante. Algunos pacientes podrían necesitar medicamentos nuevos adicionales u otros podrían dejar de tomar medicamentos para la presión arterial.
- Es importante tener un aparato para medir la presión arterial (manguito) y controlarse la presión arterial en casa.
- Debe mantener un registro de su presión arterial y llevarlo a sus citas.
- La presión arterial también puede mejorar con:
  - Dieta y ejercicios (perder el exceso de peso)
  - Evitar los alimentos con alto contenido de sal (Enfoque Dietético para Detener la Hipertensión (Dieta DASH)
  - Deje de fumar

Medicamentos para el Azúcar Alta en la sangre/Diabetes

- La prednisona y el tacrolimus pueden causar elevación del nivel de azúcar en su sangre (diabetes).
- Es posible que necesite insulina u otro medicamento para bajar su azúcar en la sangre.
- Se le podría pedir que mida el azúcar en su sangre hasta cuatro veces al día.

Antibióticos

- Es posible que necesite antibióticos para prevenir infecciones antes de los procedimientos.
- Se le recomienda tomar un antibiótico antes de una limpieza dental general y otros procedimientos dentales.

Medicamentos para Bajar el Colesterol

- Sus medicamentos, su alimentación o sus antecedentes familiares pueden hacer que aumente su colesterol. Podrían usarse medicamentos para ayudar a bajar su nivel de colesterol.
- Algunos de estos medicamentos (estatinas) pueden ayudar a reducir su riesgo de vasculopatía coronaria del aloinjerto (CAV por sus siglas en inglés).
- Usted podría requerir un medicamento del tipo de las estatinas para reducir su riesgo de CAV incluso si su colesterol está al nivel deseado.

Protección Estomacal

Los pacientes trasplantados deberán tomar un medicamento como pantoprazol (Protonix®) u omeprazol (Prilosec®) para ayudarlos a reducir el ácido estomacal y proteger el estómago por al menos 1 año después del trasplante.

Prevención de Coágulos Sanguíneos

Los pacientes con un trasplante necesitarán aspirina después del trasplante para prevenir los coágulos y disminuir el riesgo de vasculopatía del aloinjerto cardíaco (CAV por sus siglas en inglés). Si tomaba aspirina antes del trasplante, es posible que deba comenzar a tomar la dosis que tomaba en casa o ajustarla a una dosis nueva.

Vacunas

- **No** se vacune durante los primeros 6 meses siguientes al trasplante a menos que lo apruebe su coordinador o su médico de trasplante.
- Evite las vacunas con virus vivos, incluyendo sarampión, herpes zoster, varicela y la vacuna antigripal en aerosol (espray) nasal.
- Las personas que viven con usted deberían recibir la vacuna contra la gripe. Ellos sí pueden recibir vacunas con virus vivos.
- Llame a su coordinador de trasplante sí ha estado cerca de alguien con varicela.
- Hable con su equipo de trasplante sobre las vacunas que necesita recibir después del trasplante.

Suplementos/ Medicamentos de Venta Libre

Evite otros medicamentos con receta, de venta libre (OTC por sus siglas en inglés), de hierbas, homeopáticos, o suplementos dietéticos a menos que hayan sido recomendados por su proveedor y aprobados por su coordinador de trasplante.

Los suplementos/medicamentos mencionados a continuación están disponibles sin receta médica. (son de venta libre u OTC) y se usan frecuentemente después de un trasplante de corazón. Si necesita alguno de ellos, aparecerán en su lista de medicamentos al momento del alta. Usted deberá comprarlos en la farmacia o la tienda después de su alta.

Suplementos/Medicamentos	Propósito	Efectos Secundarios	Consejos y Comentarios
Calcio (carbonato o citrato)	Previenen la pérdida de hueso	Estreñimiento o diarrea	Mire la "Información del Suplemento" en la parte posterior de la botella para ver cuánto calcio elemental hay en cada tableta.
Vitamina D (colecalciferol)	Ayuda a su cuerpo a usar el calcio.	Ninguno	Puede comprar una combinación de calcio y vitamina D.
Multivitamínico	Salud general	Molestias estomacales	Elija cualquier multivitamínico apropiado para su grupo de edad.
Pantoprazol (Protonix)	Previene las úlceras en el estómago	Dolor de cabeza	Es posible que se le indique un medicamento diferente según su seguro médico.
Aspirina de 81 mg	Para la salud del corazón	Mayor riesgo de sangrado	Si tomaba aspirina antes del trasplante, es posible que deba comenzar a tomarla de nuevo.

Sugerencias de Medicamentos de Venta Libre según Síntomas

Síntoma	Medicamento
Dolor de cabeza, fiebre, dolores corporales y dolores articulares.	Acetaminofeno (Tylenol®) puede ayudar a aliviar el dolor leve y la fiebre. Hay muchos productos que contienen acetaminofeno. Revise las etiquetas para conocer la cantidad que contiene cada producto. • La dosis máxima de acetaminofeno es de 4000 mg en 24 horas. Esto quiere decir, no más de 12 tabletas de acetaminofeno de dosis regular u 8 tabletas del extra fuerte. • Si tiene un **trasplante de hígado**, la dosis no debe ser más de 2000 mg en 24 horas. Esto quiere decir, no más de 6 tabletas de acetaminofeno de dosis regular o 4 tabletas del extra fuerte. Las dosis más altas pueden dañar su hígado. **Dolor articular** • Crema de Capsaicina (Capzasin-P®) **Los medicamentos para el dolor que debe evitar son:** No tome medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINES) porque pueden dañar sus riñones o interactuar con ciertos inmunosupresores. AINES comunes son: • Ibuprofeno (Advil®, Motrin®, Midol® Fórmula para Cólicos) • Naproxeno (Aleve®) • Diclofenaco (Voltaren®) • Celecoxib (Celebrex®) Evite tomar aspirina a menos que su doctor se la recete. La aspirina es un ingrediente de algunos medicamentos para el dolor como Excedrin® o Bayer®.
Estornudos, comezón y secreción nasal	Medicamentos que no producen sueño: • Loratadina (Claritin®) • Cetirizina (Zyrtec®) • Fexofenadina (Allegra®) • Levocetirizina (Xyzal®) • Cromolin (NasalCrom®) Medicamentos que pueden producir sueño: • Difenhidramina (Benadryl®) • Clorfeniramine (Chlor-trimeton®) Es mejor usarlos a la hora de acostarse. Hable con su doctor antes de usar antihistamínicos si usted sufre de glaucoma, aumento de tamaño de la próstata o problemas para orinar. Evite los productos que son combinaciones para el resfriado, la sinusitis y la gripe (TheraFlu®, Nyquil®).

Síntoma	Medicamento
Congestión nasal y sinusitis	Lo más útil para la congestión son los aerosoles (espray) nasales tópicos. No los use por más de 3 días. Usarlos por más tiempo puede causar más congestión. • oximetazolina (Afrin®) • fenilefrina (Neosynephrine®). Uso a largo plazo para la congestión. • Clorhidrato de Sodio al 9.9% (espray® nasal Ocean) • Solución salina SinuCleanse® que se usa para lavados nasales con un dispositivo o botella. Los descongestionantes orales como pseudoefedrina (Sudafed®) y fenilefrina (Sudafed PE®) deben usarse con cuidado porque pueden subir la presión arterial. Asegúrese de revisar la lista de cualquier producto compuesto para la tos o el resfriado buscando pseudoefedrina y fenilefrina.
Dolor de garganta	La mayoría de las pastillas para la garganta pueden usarse en forma segura.
Congestión del pecho	Asegúrese de beber suficiente líquido para ayudar a soltar la congestión del pecho. • Guaifenesin (Robitussin®) • Coricidin®® HBP "Chest Congestion & Cough"
Tos	Tos suelta (húmeda) • Guaifenesin (Robitussin®) para tos suelta Tos seca, • Dextrometorfano (Delsym®) • Combinación de Guaifenesin/DM (Robitussin DM®) • Coricidin®® HBP "Chest Congestion & Cough" (es seguro para pacientes con presión arterial alta) Todo tipo de tos • Vicks® VapoRub, ungüento • Vicks® VapoSteam.
Dolor al orinar	No use: • Fenazopiridina (Azo-Standard®) para el tratamiento del dolor en el tracto urinario sin un diagnóstico. Este producto es para el tratamiento de los síntomas que producen dolor, pero no la causa de una infección. Comuníquese con su doctor si tiene dolor urinario.

Síntoma	Medicamento
Estreñimiento	El estreñimiento puede tratarse con: • Productos de formación de volumen: Metamucil®, Fiberall® • Productos para ablandar las heces como docusato (Colace®) • Bisacodyl (Dulcolax®) • Senna • Leche de magnesia (Phillip's®) • Polietilenglicol (MiraLAX®) • Combinaciones de productos para ablandar las heces con estimulantes como docusato con senna (Senokot-S®). Se debe evitar el uso prolongado de laxantes estimulantes porque pueden causar diarrea prolongada y cambios en los electrolitos. Por favor, comuníquese con su doctor de atención primaria si su **estreñimiento se prolonga por más de 48 horas**.
Molestias estomacales	El malestar estomacal puede tratarse con: • Carbonato de Calcio (TUMS®) • Famotidina (Pepcid AC®) • Nizatidina (Axid AR®) • Omeprazol (Prilosec OTC®) • Esomeprazol (Nexium 24HR®) **No tome:** • Cimetidina (Tagamet®)
Gas	• Simeticona (Gas-X®) para los síntomas por gases
Insomnio (dificultad para dormir)	• Difenhidramina (Benadryl®, ZzzQuil®) • Doxylamina (Unisom®) • Melatonina
Irritación ocular y ojos secos	• Gotas de lágrimas artificiales • Ketotifen (Zadiator®)
Náusea y vómito	• Meclizina (Antivert®)
Irritación de la piel/piel seca	• Loción para Sarna • Loción de avena • Vaselina
Picaduras de insectos y hiedra venenosa	• Corticoides tópicos como crema de hidrocortisona (Cortisone-10®) • El uso de corticoides tópicos debe ser por un corto plazo.

Efectos Secundarios de los Medicamentos

Use la tabla siguiente para ayudar a manejar los efectos secundarios de los medicamentos. Llame a su coordinador de trasplante si sus efectos secundarios son graves o molestos.

Efecto Secundario	Cómo Manejarlo
Acné	• Tratamiento con medicamentos con receta médica o de venta libre, como peróxido de benzoilo. • Mantenga su piel limpia lavándose la cara dos veces al día. • Evite los jabones y lociones humectantes con aceite (pruebe sin aceite) • No elimine las espinillas ya que eso puede aumentar el riesgo de infección
Caída del Cabello	• Use un acondicionador después del champú. • Evite las permanentes, tinturas o decoloraciones. • Limite su exposición al cloro (piscinas) y al sol
Hinchazón	• Tratamiento con diuréticos (pastillas para el agua) según los recetado por su doctor • Pésese todos los días. • Llame a su coordinador de trasplante si sube más de 3 libras en un día o 5 libras en una semana. • Evite la sal. • Aumente el ejercicio físico
Dolores de Cabeza	• Llame a su coordinador de trasplante si presenta dolor de cabeza intenso. • Evite la cafeína, la luz brillante, el estrés y los ruidos fuertes. • Evite los medicamentos que contengan aspirina. • Pruebe con 1 o 2 tabletas de Tylenol regular ("regular strength") para un dolor de cabeza leve
Crecimiento de Vello	• El vello se puede eliminar mediante decoloración, corte, rasurado o productos depilatorios.
Colesterol Alto	• Tome sus medicamentos según las indicaciones de su doctor. • Haga ejercicio en forma regular • Consuma una dieta con bajo contenido de grasa y colesterol y alto contenido de fibra
Infección	• Lávese las manos con agua y jabón antibacteriano frecuentemente. • Evite el contacto con personas enfermas. • Use guantes si debe manejar los desechos de sus mascotas. • Lave las cortaduras con agua y jabón, aplique un ungüento antibiótico triple y cubra
Pérdida de Hueso	• Tome calcio y vitamina D diariamente. • Deje de fumar. • No consuma alcohol. • Camine y levante pesas para mantener los huesos fuertes
Temblor	• Llame a su coordinador de trasplante si tiene temblores: • Los ejercicios de elongación (estiramientos) pueden ayudar a aliviar los temblores leves.

Los 10 Mejores Consejos sobre Medicamentos para los Pacientes con Trasplantes

1. Tome todos los medicamentos según lo indicado por su equipo de trasplante. Use la lista más actualizada de sus medicamentos en vez de las instrucciones en sus frascos de pastillas. Su trasplante no le durará si no los toma.
2. Mantenga una lista de sus medicamentos actuales. Traiga esta lista, su caja de medicamentos o los frascos de los medicamentos con receta a todas sus visitas al hospital y la clínica.
3. No tome ibuprofeno, naproxeno o ketoprofeno. Hable con su doctor sobre tomar más de 81 mg de aspirina al día. Estos AINE (Antiinflamatorios No Esteroideos) pueden dañar sus riñones.
4. Guarde sus medicamentos en un lugar limpio y seco. No pueden estar cerca de ninguna fuente de calor. Mantenga todos los medicamentos fuera de la vista y del alcance de los niños y las mascotas.
5. Si olvida una dosis de un medicamento que toma una vez al día, tómelo tan pronto como lo recuerde. Si toma un medicamentos dos veces al día y se retrasó más de 6 horas, no tome la dosis que olvidó. Tome la dosis siguiente en el horario habitual. No duplique la dosis.
6. Si usted o su proveedor local piensan que necesita un medicamento nuevo, consulten con su equipo de trasplante primero.
7. Tenga cuidado de no quedarse sin medicamentos. Consiga más medicamentos antes de quedarse con muy poco. Asegúrese de tener suficiente medicamento entre visitas médicas y durante los fines de semana, feriados o vacaciones.
8. Cuando reciba sus medicamentos en la farmacia, asegúrese que el nombre y la dosis coincidan con los que le indicó el equipo de trasplante. Si el nuevo suministro de medicamento que recibe se ve distinto, asegúrese de informarle al farmacéutico.
9. Si queda embarazada o planea quedar embarazada, comuníquese con su doctor de inmediato.
10. Su doctor querrá verificar cómo reacciona su cuerpo a sus medicamentos. Asegúrese de asistir a todos sus controles y realizar todas las pruebas de sangre programadas

Números de Teléfonos Importantes

Preguntas sobre:	**A Quién Llamar**
Medicamentos por correo	Servicio de Farmacia por Correo de UW: **(866) UWH-DRUG o (866) 894-3784**
Medicamentos a través de las farmacias de UW	Farmacia de Pacientes Ambulatorios de UW: **(608) 263-1280**
Medicamentos dentro de las 24 horas siguientes al alta.	Unidad de Trasplante de Hospital: **(608) 263-8720**

Su equipo de atención médica puede haberle dado esta información como parte de su atención. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otro miembro de su equipo de atención médica cuando utilice esta información. Si usted tiene una emergencia, por favor llame al 911. Propiedad Literaria © 2/2025 Autoridad de los Hospitales y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería. HF#8193

After your transplant, you will be on many medicines. You will be on many of them for the rest of your life. This includes medicines which:

- Prevent rejection
- Prevent infections
- Control blood pressure
- Manage blood sugars
- Protect your stomach
- Prevent bone loss
- Provide you with extra vitamins and minerals

The team will help you learn about the medicines you need, why you need them, and the dose prescribed for you. Taking your medicines incorrectly can lead to rejection and other health problems.

Taking Your Medicines

Why is it important to take your medicines?

You **must** take your medicines exactly as directed by your transplant team. If you do not take your medicines, it can lead to increased risk of organ rejection and loss.

- **Do not** stop a medicine without talking to the transplant team.
- Take the right amount of medicine prescribed for you.
- Take your medicines at the correct dose and frequency.
- Do not take medicines or supplements that are not prescribed.
- Alert the transplant team of any new medications, over the counter supplements or herbals.

Why do some people not take their medicines?

Confusion

- There is confusion about "the right way" to take medicines.
- If have questions about how to take your medicines talk to your Transplant Coordinator.

Unable to pay

- The pharmacy team will check with your insurance after your transplant. If you are concerned about paying for your medicines after you leave the hospital, talk to your transplant coordinator or social worker.

Lack of supply

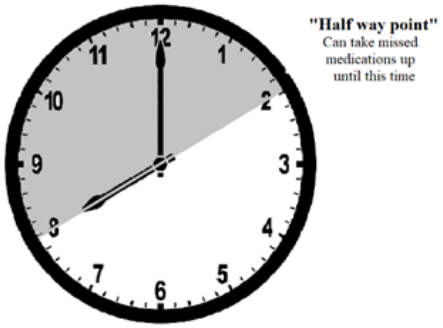
- Transplant medicines are not common, so they may not be in stock at all pharmacies.
- You will leave the hospital with a 1 month supply of your new medicines.
- UW Health Pharmacies can be your main pharmacy for refills; a mail order service is also offered for our transplant patients.
- If you use your local pharmacy for refills, **let them know a week before you run out of pills** so they can order the medicines and fill them.
- When you are traveling (this includes traveling to clinic visits), bring a day of medicines with you in case of delays or other travel issues.

Side Effects

- If side effects are serious or bothersome, call your transplant coordinator right away to discuss ways to manage them.
- **Do not stop** taking your medicines unless your transplant coordinator or doctor tells you to.

What if I miss a dose of medicine?
If you miss a dose, follow the **"Half-Way" Rule.**

- If you are less than "half-way" to your next dose, take your missed dose.
- If you are more than "half-way" to your next dose, skip it and continue with your next scheduled dose.
- **Never** take extra medicine to make up for a missed dose.
- Call your transplant coordinator when you miss more than one dose of anti-rejection medicine.



How should I store my medicines?
Store your medicines in a cool, dry place out of reach of children. Bathrooms, kitchens, and cars are not good places because of changes in heat and humidity.

Who should know about my medicines?
Tell **all** of your healthcare providers that you are on anti-rejection medicines, including:

- Dentists
- Doctors or surgeons
- Pharmacists (try to choose one pharmacy to use for all your medicines)

Tell your transplant coordinator if other doctors make medicine changes right away.

Medicines List
Every patient should have an up-to-date medicine list that has:

- Names and doses of medicines you take
- How often you take them
- Why you take them
- Name of your doctor
- Allergies and reactions to any medicines
- Health history

Bring this list to **all** appointments/hospital visits and keep it in your wallet/purse.

Medicine Box
Medicine boxes organize your medicines and make them easier to take. You may be asked to bring your medication box to the transplant clinic for transplant pharmacist review.

UW Mail Service Pharmacy
If you would like to use the UW Hospital's prescription mail order program, please ask your transplant pharmacist or coordinator.

Pharmacy Services
Some pharmacies fill medicine boxes for you or offer automatic refill reminders. Call your local pharmacy to see what services they offer.

Medicine Refills

- If you are on your last refill of a medicine, call the transplant clinic.
- Request medicine refills at least 7 days before running out. This might need to be longer around holidays.
- Your primary care provider should **not** refill your transplant medicines but should refill your other medicines.

Anti-Rejection Medicines

When your body's immune system fights your organ, it is known as rejection. Anti-rejection medicines lower your body's immune system response to stop your body from rejecting your new organ. Each anti-rejection medicine works differently to lower your immune system. The medicines you take depend on the type of new organ and your medical history. Anti-rejection medicines are never stopped unless directed to by your transplant doctor.

Prednisone

Common Side Effects	High blood pressure, cholesterol and blood sugar, thinning skin, easier bruising, swelling, increased restlessness/feeling 'jittery', mood changes, lower bone mass, stomach upset, stomach ulcers, trouble sleeping, bigger appetite, and cataracts
Food	Take with food to prevent upset stomach and ulcers
Special Tips	• If you have high blood sugar or diabetes, your dose may be twice a day. • If you take prednisone once a day, you should take it in the morning, so it is easier to sleep. If you are taking prednisone twice a day, take the second dose in the afternoon, not the evening. • Have an eye exam once a year for cataract prevention. • You will need scans of your bones (a DEXA scan) at least every other year to monitor bone health.

Tacrolimus (Prograf/Envarsus XR)

Common Side Effects	Tremor, headache, kidney injury, hair loss, diarrhea, nausea/vomiting, trouble sleeping, and high cholesterol, blood sugar and blood pressure
Food	Take with or without food, but be **consistent** in what you choose
Interactions	Avoid grapefruit or grapefruit juice, since they increase tacrolimus levels.
Monitoring	• Tacrolimus blood levels are drawn to make sure you are getting the right amount of the medicine. • Blood is drawn right before your morning dose to measure the amount of drug in your body when it is lowest (a trough). Take your dose the day before as directed by your transplant coordinator. This will be either 12 or 24 hours before you will have your level drawn. DO NOT take your morning dose until AFTER your blood is drawn. • Your transplant coordinator will tell you your goal tacrolimus level.

Special Tips	• Call your transplant coordinator if:
	  ○ tremor or headache worsen
	  ○ you notice burning in your fingers
	  ○ the shape and/or color of your medicine changes.
	• If you take a liquid suspension of tacrolimus, be sure to have the right sized syringe for measuring and adapter to fit your bottle with syringe. Shake the bottle to mix the suspension before drawing up your dose.
	• Let your transplant coordinator know if you are changing where you get your labs drawn as this may affect your tacrolimus level.

Mycophenolate Sodium (Myfortic) or Mycophenolate Mofetil (Cellcept)XL)

Side Effects	Diarrhea, nausea/vomiting, headache, and low white blood cell and hematocrit
Food	Take with food to help prevent stomach upset and diarrhea
Special Tips	• Do not crush, chew or cut mycophenolate tablets. • Pregnant persons or people trying to get pregnant should not handle the tablets or capsules due to risk of harm to unborn babies. • People who are able to get pregnant who take mycophenolate must use at least one form of acceptable form of birth control as prescribed by your doctor. If you plan to get pregnant, talk with your transplant coordinator at least 3 months before to change to a different medicine.

Cyclosporine (Neoral, Sandimmune) – ALTERNATIVE to Tacrolimus

Common Side Effects	Hair growth, diarrhea, nausea/vomiting, headache, tremor, gum growth, high cholesterol, blood sugar and blood pressure.
Food	Take with or without food but be **consistent** in what you choose.
Interactions	Avoid grapefruit or grapefruit juice, since they increase cyclosporine levels.
Monitoring	• Blood levels of cyclosporine are drawn to make sure you are getting the right amount of the medicine. • Blood is drawn right before your morning dose to measure the amount of drug in your body when it is lowest (a trough). Take your evening dose 12 hours before you will have your level drawn. • **Do not** take your morning dose until **after** your blood is drawn. • Your transplant coordinator will tell you your goal cyclosporine level.
Special Tips	• Tell your transplant coordinator if the shape and/or color of your medicine changes. • Different brands may lead to different blood levels. • Capsules expire **7 days** after opening the foil package. • The oral solution is dispensed in a glass container and should **not** be refrigerated. • Have 6-month dental cleanings and brush twice daily to prevent gum growth. • Let your transplant coordinator know if you are changing where you get your labs drawn as this may affect your cyclosporine level.

Azathioprine (Imuran) – ALTERNATIVE to Mycophenolate

Common Side Effects	Nausea/vomiting, diarrhea, rash, low white blood cell counts, fever
Food	Take with food to prevent stomach upset.
Interactions	Do not take mercaptopurine, allopurinol, or febuxostat with azathioprine. If taking warfarin, contact your warfarin manager when starting this medicine.
Special Tips	Persons who are able to get pregnant who take azathioprine should use birth control.

Sirolimus (Rapamune): May take instead of or in addition to other anti-rejection medicines

Common Side Effects	Constipation or diarrhea, nausea, headache, swelling, slow wound healing, mouth ulcers, anemia, high cholesterol, blood sugar, and blood pressure
Food	Take with or without food but be **consistent** in what you choose
Interactions	Avoid grapefruit or grapefruit juice, since they increase sirolimus levels.
Monitoring	• Blood levels of sirolimus are drawn to make sure you are getting the right amount of the medicine. • Blood is drawn right before your morning dose to measure the amount of drug in your body when it is lowest (a trough). Take your dose 24 hours before you will have your level drawn. • **Do not** take your morning dose until **after** your blood is drawn. • Your transplant coordinator will tell you your goal sirolimus level.
Special Tips	• Do not crush, split, or chew the tablets. • Sirolimus should be taken 4 hours after cyclosporine. • Let your transplant coordinator know if you are changing where you get your labs drawn. This may affect your sirolimus level.

Everolimus (Zortress): May take instead of or in addition to other anti-rejection medicines

Common Side Effects	Diarrhea, nausea/vomiting, headache, rash/itching, fatigue, fever, swelling, slow wound healing, anemia, increased cholesterol and blood pressure.
Food	Take with or without food but be **consistent** in what you choose.
Interactions	Avoid grapefruit or grapefruit juice, since they increase everolimus levels.
Monitoring	• Blood levels of everolimus are drawn to make sure you are getting the right amount of the medicine. • Blood is drawn right before your morning dose to measure the amount of drug in your body when it is lowest (a trough). Take your evening dose 12 hours before you will have your level drawn. • **Do not** take your morning dose until **after** your blood is drawn. • Your transplant coordinator will tell you your goal everolimus level.
Special Tips	• Do not crush, split, or chew the tablets. • Take at the same time as cyclosporine or tacrolimus (if prescribed). • Let your transplant coordinator know if you are changing where you get your labs drawn. This may affect your everolimus level.

Anti-Infective Medicines

After transplant, you are more at risk for getting sick because your immune system is lowered. Anti-infective medicines help prevent infections.

Types of Infection	Medicine
General infections and pneumonia	**Trimethoprim/sulfamethoxazole (Bactrim DS or Septra DS) or TMP/Sulfa** • Take for 1 year after transplant. • Side effects: Sun sensitivity, nausea/vomiting, diarrhea, rash, high potassium, low white blood cell counts **Atovaquone (Mepron®) – (Alternative to Bactrim®)** • Take for 1 year after transplant. • Side effects: headache, insomnia, rash, nausea, change in taste
Viral Infections (Cytomegalovirus – CMV) • CMV is a virus that may hide out in the body. • This virus is normally harmless but is dangerous when your immune system is lowered. **Herpes Simplex Virus (HSV)**	**Letermovir (Prevymis®)** • Take for 6 months after transplant. Some people may need to keep taking it. Do not stop this medicine without talking to your transplant team. This could affect your anti-rejection medicine levels. • Side effects: upset stomach **Valganciclovir (Valcyte®)– (Alternative to letermovir/Prevymis®)** • Take for 6 months after transplant. Some people will need to keep taking it. Do not stop this medicine without talking to your transplant team. This could affect your anti-rejection medicine levels. • Side effects: Decreased white blood cell counts **Acyclovir (Zovirax®)** • Take for 3 months after transplant instead of valganciclovir if at low risk for CMV. • May take at the same time as letermovir. • Side effects: headache, upset stomach
Fungal Infections (Aspergillus) • Common fungus found indoors and outdoors. • Exposure to this infection can cause illness when your immune system is weakened by anti-rejection medicines. • Most aspergillus infections occur in the lungs, but this fungus can be found in other parts of the body.	**Posaconazole (Noxafil®)** • Take for 3 months after transplant. • Side effects: change in taste, nausea. If you have side effects or other issues, you can be changed to a different anti-fungal medicine. • You will need dose changes and close monitoring of tacrolimus after stopping posaconazole. Do not stop unless told to do so by your transplant team.

Other Medicines

Blood Pressure Medicines (Goal blood pressure: less than 120/80 mmHg)

- Many transplant patients have high blood pressure or develop high blood pressure as a side effect of anti-rejection medicines.
- Some patients resume their blood pressure medicines from before transplant. Some patients may need new medicines added, or some patients may be able to stop taking blood pressure medicine.
- It is important to own a blood pressure cuff and monitor your blood pressure at home.
- You should keep a logbook of your blood pressure and bring it with you to appointments.
- Blood pressure can also be improved by:
    - Diet and exercise (lose excess weight)
    - Avoiding high-salt foods (Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet)
    - Quitting smoking

Medicines for High Blood Sugar/Diabetes

- Prednisone and tacrolimus can cause you to have high blood sugar (diabetes).
- You may need insulin or other medicine to lower your blood sugar.
- You may be asked to check your blood sugar up to 4 times a day.

Antibiotics

- You may need antibiotics to prevent infections before procedures.
- You are advised to take an antibiotic before general teeth cleaning and other dental procedures.

Medicines to Lower Cholesterol

- Your medicines, diet, or family history may cause you to have increased cholesterol. Medicine may be used to help lower your cholesterol level.
- Some of these medicines (statins) may help reduce your risk of coronary allograft vasculopathy (CAV).
- You may require a statin medicine to reduce your risk of CAV even if your cholesterol is at goal.

Stomach Protection

Transplant patients will need to take a medicine such as pantoprazole (Protonix®) or omeprazole (Prilosec®) to help reduce stomach acid and protect the stomach for at least 1 month after transplant.

Blood Clot Prevention

Transplant patients will need aspirin after transplant to prevent blood clots and reduce the risk of cardiac allograft vasculopathy (CAV). If you were on aspirin before transplant, you may need to resume your home dose or adjust to a new dose.

Vaccines

- **Do not** get vaccines within the first 6 months after transplant unless approved by your transplant coordinator or transplant doctor.
- Avoid live vaccines, including measles, shingles, chicken pox, and the influenza nasal spray**.**
- People living with you should get the influenza vaccine. They can receive the live vaccine.
- Call your transplant coordinator if you have been around someone who has chicken pox.
- Talk to your transplant team about what vaccines you need after transplant.

Supplements/ Over-the-Counter Medicines

Avoid other prescription, over-the-counter (OTC), herbal, homeopathic, or dietary supplements unless recommended by your provider and approved by your transplant coordinator.

The supplements/medicines listed below are available without a prescription (over-the-counter or OTC) and are commonly used after heart transplant. If you need these medicines, they will be listed on your discharge medicine list. You will need to buy these at a store or pharmacy after discharge:

Supplement/ Medicine	Purpose	Side Effects	Tips and Comments
Calcium (carbonate or citrate)	Prevents bone loss	Constipation or diarrhea	Look at the "Supplement Facts" on the back of the bottle to see how much elemental calcium is in each tablet.
Vitamin D (cholecalciferol)	Helps your body use calcium	None	You can purchase a combination of calcium and vitamin D.
Multivitamin	General health	Stomach upset	Choose any multivitamin appropriate for your age group.
Pantoprazole (Protonix)	Prevents stomach ulcers	Headache	You may be given a different medicine depending on your insurance.
Aspirin 81 mg	For heart health	Higher risk of bleeding	If you were on aspirin before transplant, you may need to resume your home dose.

Suggestions for OTC Medicines by Symptom

Symptom	Medicine
Headache, fever, body aches, and joint pain	Acetaminophen (Tylenol®) can help relieve mild pain and fever. Many products may contain acetaminophen. Check labels for the amount in each product. • The maximum dose of acetaminophen is 4000 mg in 24 hours. This means no more than 12 regular strength or 8 extra strength tablets. • If you have had a **liver transplant**, the dose should not be more than 2000 mg in 24 hours. This means no more than 6 regular strength or 4 extra strength tablets. Higher doses can harm your liver. **Joint Pain** • Capsaicin cream (Capzasin-P®) **Pain Medicines to Avoid:** Do not take nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) because they can harm your kidney or interact with certain immunosuppressants. Common NSAIDs are: • Ibuprofen (Advil®, Motrin®, Midol® Cramp Formula) • Naproxen (Aleve®) • Diclofenac (Voltaren®) • Celecoxib (Celebrex®) Avoid taking aspirin unless your doctor prescribed it. Aspirin is in some other pain relievers such as Excedrin® or Bayer®.
Sneezing, itching and runny nose	Medicines that are considered non-drowsy: • Loratadine (Claritin®) • Cetirizine (Zyrtec®) • Fexofenadine (Allegra®) • Levocetirizine (Xyzal®) • Cromolyn (NasalCrom®) Medicines that can make you sleepy: • Diphenhydramine (Benadryl®) • Chlorpheniramine (Chlor-trimeton®) These are best used at bedtime. Talk to your doctor before using an antihistamine if you have glaucoma, an enlarged prostate or trouble urinating. Avoid combination cold, sinus, and flu products (TheraFlu®, Nyquil®).

Symptom	Medicine
Nasal and sinus congestion	Topical nasal sprays are the most helpful for congestion. Do not use for more than 3 days. Longer use can cause more congestion. • oxymetazoline (Afrin®) • phenylephrine (Neosynephrine®). Long term use for decongestion. • Sodium chloride 9.9% (Ocean® spray) • SinuCleanse® saline solution used as a nasal washing through a device or bottle. Oral decongestants, such as pseudoephedrine (Sudafed®) and phenylephrine (Sudafed PE®) should be used with care because they can raise your blood pressure. Make sure to check the list in any cough or cold product for pseudoephedrine and phenylephrine.
Sore throat	Most throat lozenges can be used safely.
Chest congestion	Make sure to drink plenty of water to help loosen chest congestion. • Guaifenesin (Robitussin®) • Coricidin® HBP Chest Congestion & Cough
Cough	Loose cough • Guaifenesin (Robitussin®) for a loose cough. Dry cough, • Dextromethorphan (Delsym®) • Guaifenesin/DM combination (Robitussin DM®) • Coricidin® HBP Chest Congestion & Cough (safe for patients with high blood pressure.) All types of coughs • Vicks® VapoRub ointment • Vicks® VapoSteam.
Painful urination	Do not use: • Phenazopyridine (Azo-Standard®) to treat undiagnosed urinary tract pain. This product treats painful symptoms but not the source of the infection. Contact your doctor if you have urinary pain.

Symptom	Medicine
Constipation	Constipation can be treated with: • Bulk-forming products: Metamucil®, Fiberall® • Stool softeners, such as docusate (Colace®) • Bisacodyl (Dulcolax®) • Senna • Milk of magnesia (Phillip's®) • Polyethylene glycol (MiraLAX®) • Combinations of a stool softener with a stimulant such as docusate with senna (Senokot-S®). Long-term use of stimulant laxatives should be avoided because they may result in long-term diarrhea and changes in your electrolytes. If you are **constipated for more than 48 hours**, please contact your primary care doctor.
Upset stomach	Stomach upset can be treated with: • Calcium Carbonate (TUMS®) • Famotidine (Pepcid AC®) • Nizatidine (Axid AR®) • Omeprazole (Prilosec OTC®) • Esomeprazole (Nexium 24HR®) **Do not take:** • Cimetidine (Tagamet®)
Gas	• Simethicone (Gas-X®) for gas symptoms
Insomnia (trouble sleeping)	• Diphenhydramine (Benadryl®, ZzzQuil®) • Doxylamine (Unisom®) • Melatonin
Dry eyes and eye irritation	• Artificial tears eye drops • Ketotifen (Zadiator®)
Nausea and vomiting	• Meclizine (Antivert®)
Skin irritation/dry skin	• Sarna lotion • Oatmeal lotion • Vaseline
Insect bites and poison ivy	• Topical corticosteroids, such as hydrocortisone cream (Cortisone-10®) Use of topical corticosteroids should be short term.

Managing Side Effects

Use the table below to help manage your medicine side effects. If your side effects are serious or bothersome, call your transplant coordinator.

Side Effect	How to Manage
Acne	• Treat with prescription or over-the-counter medicines, such as benzoyl peroxide • Keep your skin clean by washing your face two times per day. • Avoid moisturizing soaps and lotions with oils (try oil free) • Do not pick at pimples since it can increase your risk of infection
Hair Loss	• Use a conditioner after shampooing. • Avoid perms, dyes, or bleaching. • Limit your exposure to chlorine (swimming pools) and the sun
Swelling	• Treat with diuretics (water pills) as prescribed by your doctor • Weigh yourself daily. • Call your transplant coordinator if you gain more than 3 pounds in one day or more than 5 pounds in one week. • Avoid salt. • Increase physical exercise
Headaches	• Call your transplant coordinator if you have severe headaches. • Avoid caffeine, bright light, stress, and loud noises. • Avoid medicine that has aspirin in it. • Try 1 or 2 regular strength Tylenol tablets to relieve a mild headache
Hair Growth	• Hair may be removed by bleaching, trimming, shaving or with hair removal products
High Cholesterol	• Take your cholesterol medicines as directed by your doctor. • Exercise regularly • Eat a diet low in fat and cholesterol, and high in fiber
Infection	• Wash your hands often with antibacterial soap. • Avoid contact with sick people. • Use gloves if pet waste must be handled. • Clean cuts with soap and water and apply a triple antibiotic ointment and cover
Bone Loss	• Take calcium and vitamin D daily. • Quit smoking. • Do not use alcohol. • Walk and lift weights to keep bones strong
Tremors	• Call your transplant coordinator if you have tremors: • Stretching exercises may help relieve mild tremors

Top 10 Medicine Tips for Transplant Patients

1. Take all medicines as prescribed by your transplant team. Use your most up to date medicine list rather than the directions on your pill bottle. Your transplant will not last if you do not take them.
2. Keep a list of your current medicines. Bring this list, your medicine box or prescription bottles to all hospital and clinic visits.
3. Do not take ibuprofen, naproxen, or ketoprofen. Talk with your doctor about taking more than 81 mg of aspirin a day. These NSAIDS can harm your kidneys.
4. Store your medicines in a cool, dry place. They cannot be near any heat source. Keep all medicine out of sight and reach of children and pets.
5. If you miss a dose of a medicine you take once a day, take it as soon as you remember. If you take a medicine twice a day, and if you are more than 6 hours late, skip the missed dose. Take the next dose at your normal time. Do not double up the dose.
6. If you or your local doctor feels that you need a new medicine, check with your transplant coordinator first.
7. Be careful not to run out of medicine. Get refills before your supply gets too low. Make sure you have enough between clinic visits and over weekends, holidays, or vacation.
8. When you get medicine from the pharmacy, make sure the name and dose match what the transplant team told you. If a refill looks different, be sure to tell your pharmacist.
9. If you become pregnant or plan to become pregnant, contact your doctor right away.
10. Your doctor will want to check the way your body responds to your medicine. Be sure to keep all your scheduled check-ups and blood tests

Important Phone Numbers

Question about:	**Who to Call**
Mail order medicines	UW Mail Order Pharmacy: **(866) UWH-DRUG or (866) 894-3784**
Medicines filled through the UW pharmacy	UW Outpatient Pharmacy: **(608) 263-1280**
Medicines within 24 hours after discharge	Hospital Transplant Unit: **(608) 263-8720**